

UNIVERSIDAD PERUANA UNIÓN
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
Escuela Profesional de Enfermería



**Trastorno de ansiedad y procrastinación académica en
estudiantes universitarios de una institución privada**

Tesis para obtener el Título Profesional de Licenciada en enfermería

Autores:

Juarez Serquen Lisle Jahely

Asesor:

Mtro. William de Borba

Lima, 19 de Junio 2024

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD DE TESIS

Yo William de Borba, docente de la Facultad Ciencias de la Salud de la Escuela Profesional de Enfermería, de la Universidad Peruana Unión.

DECLARO:

Que la presente investigación titulada: “TRASTORNO DE ANSIEDAD Y PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE UNA INSTITUCIÓN PRIVADA.” del (los) autores Lisle Jahely Juárez Serquen, tiene un índice de similitud de 15% verificable en el informe del programa Turnitin, y fue realizada en la Universidad Peruana Unión bajo mi dirección.

En tal sentido asumo la responsabilidad que corresponde ante cualquier falsedad u omisión de los documentos como de la información aportada, firmo la presente declaración en la ciudad de Lima, a los 20 días del mes de Junio del año 2024.



William de Borba

AGRADECIMIENTOS

Un profundo agradecimiento a nuestros padres porque nos brindaron todo su apoyo y se esforzaron junto a nosotros para vernos crecer, a nuestros seres queridos que también nos ayudaron y motivaron durante este proceso, también agradecer a nuestros docentes, cada uno de ellos nos brindó formación integral que no olvidaremos y sin duda también agradecer a nuestra universidad por habernos acogido durante los cinco años de nuestra formación académica y porque nos permite formarnos en grandes profesionales de principios y valores; sin más dejamos esta tesis como recuerdo en la historia de nuestra labor en investigación y conocimiento, que pueda ser de ayuda y beneficio para las futuras generaciones.

Índice

| | |
|---|----|
| Declaración jurada de autoría de Tesis | 2 |
| Acta de sustentación de Tesis | 3 |
| Agradecimientos | 4 |
| Resumen | 8 |
| Introducción | 9 |
| Metodología | 10 |
| Resultados | 12 |
| Discusión | 14 |
| Referencias | 19 |
| Anexo 1 | 23 |
| Anexo 2 | 24 |
| Anexo 3 | 25 |
| Anexo 4 | 26 |
| Anexo 5 | 30 |

RESUMEN

Objetivo: Determinar la relación entre el trastorno de ansiedad y procrastinación académica en estudiantes universitarios de una institución privada. **Metodos:** El presente estudio fue desarrollado con un enfoque cuantitativo, de diseño no experimental de corte transversal y nivel correlacional. **Resultados:** Se halló correlación significativa entre fobia social y agoraphobia ($r=0.85$), fobia social y ansiedad psíquica ($r=0.68$), así como entre agorafobia y ansiedad psíquica ($r=0.72$). Correlación altamente significativa entre autorregulación académica y postergación académica ($r=0.97$), así como entre postergación académica y algunas manifestaciones de ansiedad ($r= 0.13$), fobia social, agorafobia ($r=0.06$) y ansiedad psíquica ($r=0.008$). **Discusión:** existe relación entre el trastorno de ansiedad y procrastinación académica con un coeficiente de correlación moderada y positiva a través de la prueba estadística R. Pearson, existe un nivel moderado de fobia social, agoraphobia, ansiedad psíquica y síntomas físicos relacionados con la ansiedad en los estudiantes universitarios de una institución privada de Lima Este, lo mismo ocurre con la procrastinación académica y la autorregulación académica que también presentaron niveles moderados, mientras que la postergación académica presentó niveles bajos. Se concluye mientras mayor sea el trastorno de ansiedad presente en los estudiantes, mayor será la procrastinación académica.

Palabras clave: Estudiantes Universitarios, ansiedad, procrastinación

ABSTRACT

Objective: To determine the relationship between anxiety disorder and academic procrastination in university students of a private institution. Methodology: The present study was developed with a quantitative approach, non-experimental cross-sectional design and correlational level. Results: A significant correlation was found between social phobia and agoraphobia ($r=0.85$), social phobia and psychic anxiety ($r=0.68$), as well as between agoraphobia and psychic anxiety ($r=0.72$). Highly significant correlation between academic self-regulation and academic procrastination ($r=0.97$), as well as between academic procrastination and some manifestations of anxiety ($r= 0.13$), social phobia, agoraphobia ($r=0.06$) and psychic anxiety ($r=0.008$). Discussion: There is a relationship between anxiety disorder and academic procrastination with a moderate and positive correlation coefficient through the R. Pearson statistical test, there is a moderate level of social phobia, agoraphobia, psychic anxiety and physical symptoms related to anxiety in university students of a private institution in East Lima, the same occurs with academic procrastination and academic self-regulation that also presented moderate levels, while academic procrastination presented low levels. In Conclusión the greater the anxiety disorder present in the students, the greater the academic procrastination.

Keywords: University students, anxiety, procrastination

INTRODUCCIÓN

La educación universitaria prepara a los estudiantes para roles profesionales especializados, sin embargo, estudios epidemiológicos indican que esta población está pasando por una etapa difícil, sobre todo en la salud mental provocando trastornos de comportamiento como ansiedad, estrés y depresión (1).

La ansiedad durante la vida universitaria es una respuesta emocional negativa que experimentan los estudiantes, causando preocupación excesiva, nerviosismo, miedo al fracaso o presión por el rendimiento académico, lo que conlleva a problemas de salud física como aceleración del ritmo cardiaco, sudoración excesiva, respiración acelerada, sensación de cansancio, dificultad para conciliar el sueño y problemas gastrointestinales (2). Se calcula que el 4,6% de los estudiantes universitarios a nivel mundial, padece de trastorno de ansiedad (3) y en Perú afecta al 44.64% de los estudiantes universitarios (4).

Una de las principales causas de la ansiedad en la etapa universitaria es la procrastinación, definida como el acto de retrasar tareas innecesariamente hasta el punto de causar un sentimiento de incomodidad subjetivo que involucra actitudes cognitivas, emocionales y comportamentales (5). Se calcula que aproximadamente 80 a 90% de estudiantes a nivel mundial procrastinan (6), en el caso de estudiantes peruanos esta cifra es de 85% a 90% (7).

La procrastinación tiene una serie consecuencias negativas, entre las más frecuentes tenemos el estrés, la ansiedad, reducción de la productividad, calidad del trabajo, alto impacto negativo en la salud, el deterioro en las relaciones interpersonales y la pérdida de oportunidades (8).

Son pocos los estudios que abordan el tema de la ansiedad y procrastinación en estudiantes universitarios tales como lo menciona (9) en su artículo que se realizó para determinar la relación entre la procrastinación académica y la ansiedad en estudiantes de una universidad del departamento de Apurímac, Perú, donde la mayoría de los estudiantes exhibieron altos niveles de procrastinación académica y ansiedad. El análisis inferencial mostró una relación estadísticamente significativa.

Se hizo una valoración subjetiva en una universidad privada de Lima este, donde se pudo observar el problema que se desarrolla a partir de la ansiedad del estudiante que lo lleva a procrastinar, volviéndose un círculo vicioso, afectando su estado físico, mental y social.

Es importante realizar este estudio, ya que no existe mucha información, ni estudios y la mayoría de universitarios peruanos padecen de este problema, al realizar esta investigación estamos buscando comprender mejor este fenómeno y apoyando en la salud mental, bienestar de los jóvenes universitarios, en su productividad, calidad de vida y si es posible buscar la forma de intervenir.

Por lo tanto, ante la pregunta ¿Existe relación entre el trastorno de ansiedad y procrastinación académica en estudiantes universitarios de una institución privada? Se planteo un estudio con el objetivo de determinar la relación entre el trastorno de ansiedad y procrastinación académica en estudiantes universitarios de una institución privada.

MÉTODOS

El presente estudio fue desarrollado con un enfoque cuantitativo, de diseño no experimental de corte transversal y nivel correlacional (10).

Se conto con una población de 1357 estudiantes de la Universidad Peruana Unión, ubicada en la ciudad de Ñaña distrito de Lurigancho- Chosica- Lima, Departamento de Lima- Perú

Se utilizó la fórmula de cálculo de proporciones con población finita o de tamaño conocido, donde se tomó la población total 13567 estudiantes, se multiplicó por el nivel de confianza al cuadrado que es 2.33 equivalente al 98% por la probabilidad de que ocurra algún margen de error que equivale a 0.6 por la no probabilidad de que ocurra un error equivalente a 0.4, dividido por el tamaño total de la población menos 1 por el error de estimación máximo al cuadrado más el nivel de confianza en porcentaje que es 98% por la probabilidad de que ocurra algún margen de error que equivale a 0.6 por la no probabilidad de que ocurra un error equivalente a 0.4, dando como resultado de muestra 511.

El muestreo fue probabilístico con cálculo de muestreo para población finita, debido a que, se seleccionaron escuelas profesionales que tenían mayor carga académica y que deseaban desarrollar la encuesta (11).

Se incluyeron a todos los estudiantes matriculados en el periodo 2024-I, mayores de edad, cabe mencionar que ninguno de ellos utilizaba ansiolítico

Para evaluar la variable de ansiedad se utilizó la escala de ansiedad de Lima (12), modificada por (13) consta de 20 ítems, que nos permite clasificar la severidad del trastorno del paciente en 6 grados, con valoración tipo likert, se hizo una reducción de 130 ítems a 20 ítems y con la reducción del instrumento según los análisis psicométricos fueron identificados 4 factores que explican el 90,38% de la varianza total en 20 ítems, la carga factorial del instrumento varía entre 0,56 hasta 0.91, teniendo así la validez y buena calidad psicométrica.

Se utilizó el instrumento de Escala de procrastinación académica para evaluar la variable de procrastinación, la escala fue creada por (14) modificada y validada por (15) La confiabilidad de los factores fue estimada mediante el coeficiente omega, obteniendo un indicador de 0.829 para el factor Autorregulación académica y de 0.794 para el factor Postergación de actividades, cuenta con 12 ítems con cinco opciones de respuesta (Nunca, Pocas veces, A veces, Casi siempre y Siempre), asignándole a cada pregunta la puntuación de 1 (Nunca) a 5 (Siempre).

Los instrumentos fueron enviados a los estudiantes que participaron de la encuesta, a través de la aplicación de WhatsApp y código QR para ingresar al enlace que recolectó la información mediante Google forms.

Para evaluar las variables se utilizó el software SPSS versión 28, a través de los estadísticos descriptivos, además de la prueba de normalidad y prueba de correlación con Pearson.

Cabe mencionar que previamente, el estudio fue aprobado por el comité de Ética de la Facultad de Ciencias de la Salud de dicha universidad con el registro 186-CE-FCS - UPeU-2023, así mismo, se contó con el permiso de las diferentes facultades para realizar el estudio, teniendo en cuenta que dicho estudio era de manera voluntaria e indicando que no se tomaría información personal de los estudiantes, garantizando la confidencialidad.

Cabe resaltar que para la participación en dicha investigación fue respetado los derechos de los participantes según la declaración de Helsinki y el código de Nuremberg. Los participantes firmaron un consentimiento informado para su participación, siendo voluntario y anónimo (32).

RESULTADOS

Como se Indica en la Tabla 1 presenta una visión detallada de los datos sociodemográficos de los participantes en el estudio. En primer lugar, se destaca la distribución de los participantes según su edad, revelando que una parte significativa se encuentra en el rango de 17 a 20 años, representando el 48.24% del total. Asimismo, se observa una proporción considerable de participantes entre 21 y 25 años, con un 37.89%, mientras que aquellos de 26 años o más representan un grupo más pequeño, con un 13.87%. En cuanto al sexo de los participantes, se evidencia una mayor representación del sexo femenino, con un 59.77%, en comparación con el sexo masculino, que representa el 40.23% restante. En relación con el año de estudio, la mayoría de los participantes se encuentran en su primer año, lo que constituye el 40.63% del total. Los años siguientes tienen una distribución más uniforme, oscilando entre el 15.04% y el 20.51%, lo que sugiere una representación equitativa en los diferentes niveles académicos. Por otro lado, la tabla ofrece información sobre la distribución de los participantes según su facultad y escuela profesional. Se observa una diversidad de campos de estudio representados, con la Facultad de Ciencias de la Salud como la más predominante, seguida de cerca por las Facultades de Ciencias Empresariales, Ciencias Humanas y Educación, Ingeniería y Arquitectura, y Teología.

Como se indica en la Tabla 2 presenta un análisis descriptivo de varias variables de estudio, proporcionando medidas estadísticas importantes como la media, la desviación estándar, la asimetría y la curtosis. Estos datos ofrecen una visión detallada de la distribución y la variabilidad de cada variable en el conjunto de datos.

En primer lugar, se observa que la fobia social tiene una puntuación media de 15.36, lo que sugiere un nivel moderado de fobia social en promedio entre los estudiantes universitarios de una institución privada. La asimetría y la curtosis indican una distribución ligeramente inclinada hacia la izquierda (-0.29 y -0.8, respectivamente), lo que significa que los datos están sesgados hacia valores inferiores a la media y tienen una distribución relativamente aplanada. La agorafobia muestra una puntuación media de 9.38, lo que también sugiere un nivel moderado de agorafobia entre los estudiantes universitarios. La distribución de esta variable parece estar ligeramente inclinada hacia la izquierda y achatada, según los valores de asimetría (-0.33) y curtosis (-1). La ansiedad psíquica, con una puntuación media de 16.1, indica niveles moderados de ansiedad psíquica en promedio. La asimetría muestra una leve inclinación hacia la derecha (0.78) en la distribución de los datos, mientras que la curtosis sugiere una distribución relativamente más plana (-0.24). Los síntomas físicos muestran una puntuación media de 9.99, lo que sugiere un nivel moderado de síntomas físicos relacionados con la ansiedad. La asimetría y la curtosis indican una distribución sesgada hacia la derecha (1.16) y puntiaguda (0.45).

La procrastinación académica, la autorregulación académica y la postergación académica muestran puntuaciones medias de 40.71, 30.49 y 10.22, respectivamente. Estos valores sugieren niveles moderados y bajos de estos comportamientos, respectivamente. Los valores de asimetría y curtosis proporcionan información sobre la forma de la distribución de los datos para cada una de estas variables.

Como se indica en la tabla 3 se enfoca en analizar la correlación entre diversas variables pertinentes en el ámbito de la ansiedad y el rendimiento académico, con especial atención en

la fobia social, la agorafobia, la ansiedad psíquica, la procrastinación académica, la autorregulación académica y la postergación académica.

Los resultados revelan una correlación significativa entre la fobia social y la agorafobia ($r = 0.85$), así como entre la fobia social y la ansiedad psíquica ($r = 0.68$). Estas asociaciones indican una estrecha relación entre los trastornos de ansiedad examinados, lo cual resalta la importancia de abordarlos de manera integral en el contexto clínico y académico. Asimismo, se encontró una correlación significativa entre la agorafobia y la ansiedad psíquica ($r = 0.72$), fortaleciendo la evidencia de una interconexión entre estos fenómenos de ansiedad.

Por otro lado, los análisis revelaron que la procrastinación académica no presenta correlaciones significativas con las otras variables estudiadas, sugiriendo que este comportamiento podría tener determinantes distintos a los trastornos de ansiedad analizados en este estudio.

En cuanto a la autorregulación académica y la postergación académica, se observó una correlación altamente significativa entre ambas ($r = 0.97$), indicando una relación estrecha entre la capacidad de autorregulación y la tendencia a la postergación en el ámbito académico.

Además, se identificó una correlación significativa entre la postergación académica y algunas manifestaciones de ansiedad, como la fobia social ($r = 0.13$), la agorafobia ($r = 0.06$) y la ansiedad psíquica ($r = 0.08$), lo que sugiere que estos trastornos pueden estar relacionados en la tendencia a postergar tareas académicas.

Discusión

El estudio demuestra niveles moderados de fobia social y agorafobia en los estudiantes universitarios. Estos hallazgos coinciden con lo encontrado en un estudio con jóvenes de Alemania, donde el 70% presentan niveles moderados de agoraphobia (16); del mismo modo, un estudio realizado con jóvenes en Canadá donde el 89% indicaron que presentaban un nivel moderado de fobia social (17). Según (18) el trastorno de ansiedad social se caracteriza por miedo y ansiedad intensa ante situaciones sociales en las que otros pueden juzgar negativamente; además, se describe a como el temor a lugares abiertos y generalmente llenos de gente, con determinadas condiciones físicas y/o mentales que pueden desencadenar ataques de pánico y provocar taquicardia, sudoración, dificultad para respirar, náuseas, dolor abdominal, mareos, escalofríos, parestesia, etc (19). Entonces podemos decir que tanto la agorafobia como la fobia social afectan directamente a los estudiantes universitarios, esto podría dificultar su vida académica teniendo como consecuencia un bajo nivel de rendimiento. Es necesario profundizar los efectos físicos y emocionales que ellos presentan.

Otro hallazgo del presente estudio ha sido que los estudiantes universitarios presentan niveles moderados de ansiedad psíquica y síntomas físicos relacionados con la ansiedad. De igual forma, otro estudio realizado en estudiantes universitarios en Perú, menciona que el 48,2% presentaban un nivel moderado de ansiedad y como desencadenante tenían síntomas físicos que interferían con su estilo de vida y nivel académico(20). Además (21) menciona en su estudio realizado en Palestina que el 35,4% de estudiantes universitarios presentaron niveles moderados de ansiedad evidenciado en síntomas físicos. La ansiedad psíquica se refiere a una forma de ansiedad que está centrada en la mente, pensamientos y preocupaciones, afectando el aspecto cognitivo y el estado mental general de aprehensión (22), de igual forma

temenos que las manifestaciones físicas hacen referencia al conjunto de síntomas como las palpitations, sudoración excesiva, respiración rápida y problemas gastrointestinales (23), por lo que cabe señalar que las manifestaciones físicas tienen una relación estrecha con la ansiedad psíquica y esto interfiere de manera negativa en estudiantes universitarios. En consecuencia, las manifestaciones relacionadas a la ansiedad, fobia social y agorafobia, deben ser detectados y atendidos desde el ámbito Universitario considerando que la Universidad debe velar por el bienestar integral de su población estudiantil.

Respecto a la procrastinación académica, este estudio ha demostrado niveles moderados; a nivel de sus dimensiones, la autorregulación académica también presenta niveles moderados, coincidiendo con un estudio realizado en Ecuador, en el cual se menciona que el mayor porcentaje de estudiantes universitarios reflejaron que existía un nivel moderado de autorregulación académica (24). Por otro lado, en este estudio, la postergación académica presenta niveles bajos, resultados similares a un estudio realizado en Lima, Perú, donde se describe que la mayoría de los universitarios encuestados presentan niveles bajos de postergación académica (25). La autorregulación académica, se describe como la capacidad de los estudiantes para gestionar y dirigir sus procesos de aprendizaje de forma consciente y eficaz.(26); mientras que la postergación académica, que se refiere al hábito de retrasar o posponer tareas académicas importantes, este comportamiento puede afectar negativamente el rendimiento académico y generar estrés. (27) Por lo que se puede decir que la autorregulación y la postergación académica son elementos importantes que deben ser modulados en los estudiantes universitarios como herramientas para mantener una buena vida emocional y académica.

Respecto a los análisis de correlación, se encontró correlación significativa entre fobia social y agorafobia; fobia social y ansiedad psíquica; así como entre agorafobia y ansiedad psíquica. Lo que concuerda con un estudio realizado en Polonia donde se encontró una correlación significativa entre la fobia social y agorafobia por dimensiones (28). Por otro lado, encontramos que en un estudio realizado en Etiopía, donde 26% dieron positivo en la prueba de trastorno de ansiedad social y aproximadamente el 69,4% y 17,4% de los estudiantes tenían síntomas leves y moderados de trastorno de ansiedad social (29). En consecuencia, se puede determinar que aunque se traten de trastornos diferentes; los estudiantes comparten características de ansiedad psíquica, agorafobia y fobia social; hecho que debe significar un llamado de alerta para atender los problemas de salud mental, el bienestar emocional y espiritual de los estudiantes como medida de urgencia, buscando garantizar el rol social de la universidad y la responsabilidad con la formación integral de los estudiantes.

Por último, se ha establecido que la procrastinación académica no está relacionada con las otras variables estudiadas; sin embargo se encontró correlación altamente significativa a nivel de las dimensiones autorregulación académica y la postergación académica, así como entre postergación académica y algunas manifestaciones de ansiedad, como la fobia social, la agorafobia y la ansiedad psíquica. Al respecto, un estudio realizado en Arabia Saudita, encontró correlación altamente significativa de procrastinación académica en universitarios que evidenciaban manifestaciones de ansiedad (30). Otro estudio realizado en Barcelona sobre procrastinación académica y necesidades psicológicas básicas, encontró una relación altamente significativa a nivel de dimensiones de procrastinación (31). Por lo tanto, podemos

señalar que la procrastinación académica es una variable que merece seguir analizándose de acuerdo a las características de los universitarios y a su situación de salud mental.

Se concluye que existe un nivel moderado de fobia social, agoraphobia, ansiedad psíquica y síntomas físicos relacionados con la ansiedad en los estudiantes universitarios de una institución privada de Lima Este, lo mismo ocurre con la procrastinación académica y la autorregulación académica que también presentaron niveles moderados, mientras la postergación académica presentó niveles bajos.

Se halló correlación significativa entre fobia social y agoraphobia, fobia social y ansiedad psíquica, así como entre agorafobia y ansiedad psíquica. Correlación altamente significativa entre autorregulación académica y postergación académica, así como entre postergación académica y algunas manifestaciones de ansiedad, fobia social, agorafobia y ansiedad psíquica. Se concluye, mientras mayor sea el trastorno de ansiedad presente en los estudiantes, mayor será la procrastinación académica.

La limitación del estudio fue que existe poca información directamente relacionada con las variables.

REFERENCIAS

1. Guzman Villegas-Frei M, Jubin J, Bucher CO, Bachmann AO. Self-efficacy, mindfulness, and perceived social support as resources to maintain the mental health of students in Switzerland's universities of applied sciences: a cross-sectional study. BMC Public Health [Internet]. 2024 Dec 1 [cited 2024 Feb 16];24(1):335. Available from: <https://www.scopus.com/record/display.uri?eid=2-s2.0-85183933541&origin=resultslist&sort=plf-f&src=s&sid=37ebbb368ebebfcab5df0b246028c74a&sot=b&sdt=b&s=TITLE-ABS-KEY%28university%2C+students%29&sl=35&sessionSearchId=37ebbb368ebebfcab5df0b246028c74a&relpos=8>
2. Wu P, Cao K, Feng W, Lv S. Cross-lagged analysis of rumination and social anxiety among Chinese college students. BMC Psychol [Internet]. 2024 Dec 1 [cited 2024 Feb 16];12(1):28. Available from: <https://www.scopus.com/record/display.uri?eid=2-s2.0-85182492177&origin=resultslist&sort=plf-f&src=s&sid=2e3e52614b5303a80ba2d0f5a0dabd4d&sot=b&sdt=b&s=TITLE-ABS-KEY%28college+%2C+anxiety%29&sl=32&sessionSearchId=2e3e52614b5303a80ba2d0f5a0dabd4d&relpos=4>
3. Organización Mundial de la Salud (OMS). Salud del adolescente [Internet]. 2022 [cited 2022 May 29]. Available from: https://www.who.int/es/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1
4. INSM. ESTUDIO EPIDEMIOLÓGICO DE SALUD MENTAL EN NIÑOS Y ADOLESCENTES EN LIMA METROPOLITANA EN EL CONTEXTO DE LA COVID-19 2020. Instituto Nacional de Salud Mental “Honorio Delgado - Hideyo Noguchi” [Internet]. 2020;2:92–113. Available from: https://www.insm.gob.pe/investigacion/archivos/estudios/_notes/EESM_Ninos_y_Adolescentes_en_LM_ContextoCOVID19-2020.pdf
5. Dominguez-Lara S, Rick Sanchez-Villena A, Aranda M, Fuentes V, Garcia-Domingo M. INFLUENCE OF SMARTPHONE DEPENDENCE ON ACADEMIC PROCRASTINATION IN COLLEGE STUDENTS: DIFFERENCES ACCORDING TO SEX [INFLUENCIA DE LA DEPENDENCIA AL SMARTPHONE SOBRE LA PROCRASTINACION ACADEMICA EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS: DIFERENCIAS SEGUN SEXO]. Health and Addictions / Salud y Drogas [Internet]. 2023 Jan 1 [cited 2024 Feb 17];23(2):117–35. Available from: <https://www.scopus.com/record/display.uri?eid=2-s2.0-85171533498&origin=resultslist&sort=plf-f&src=s&sid=f121dba0018d690c668c09f767e69caa&sot=b&sdt=b&s=TITLE-ABS->

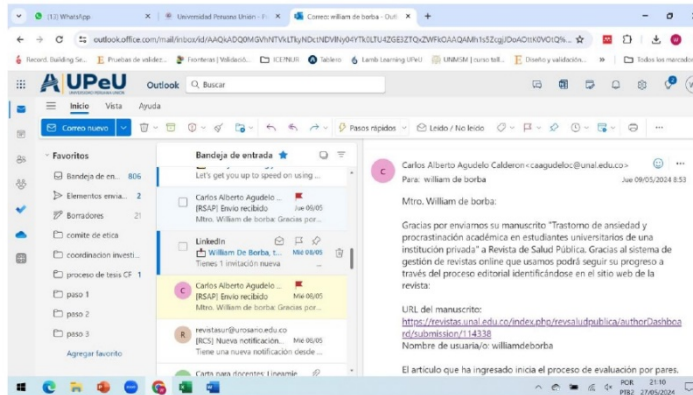
KEY%28PROCRASTINATI%C3%93N%2C+COLLEGE%2C+PERU%29&sl=37
&sessionSearchId=f121dba0018d690c668c09f767e69caa&relpos=0

6. Elizondo K, Valenzuela R, Pestana J V., Codina N. Self-regulation and procrastination in college students: A tale of motivation, strategy, and perseverance. Volume 61, Issue 3, Pages 887 - 902. 2023 Mar 1. <https://doi.org/10.1002/pits.23088>
7. Daza A, Arroyo-Paz, Bobadilla J, Apaza O, Pinto J. Modelo de aprendizaje conjunto apilable para predecir el nivel de ansiedad en estudiantes universitarios utilizando métodos de equilibrio. *Informática en Medicina Desbloqueado*. 2023 Jan 1;42:101340. <https://doi.org/10.1016/j.imu.2023.101340>
8. Pichen-Fernandez JA, Turpo Chaparro J. Influencia del autoconcepto y autoeficacia académica sobre la procrastinación académica en universitarios peruanos. *Propósitos y Representaciones*. 2022 Apr;10(1). <http://dx.doi.org/10.20511/pyr2022.v10n1.1361>
9. Vivar-Bravo J, La Madrid Rojas FI, Fuster-Guillén D, Álvarez Silva VA, Ocaña-Fernández Y. Academic Procrastination and Anxiety in University Students of Initial Education of Apurimac. *Health Education and Health Promotion*. 2021 Jan 1;9(5):455–9. [Cited from 2023 Jun 4]. Available from: <https://hehp.modares.ac.ir/article-5-56404-en.html>
10. Oliveira M, Verkhatsky A. Lifestyle-dependent microglial plasticity: training the brain guardians. *Biol Direct* [Internet]. 2021 Dec 1 [cited 2023 Jun 4];16(1). Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34353376/>
11. Otzen T, Manterola C. Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio Sampling Techniques on a Population Study. *Int J Morphol*. 2017;35(1):227–32. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-95022017000100037>
12. Prochaska JJ, Sung HY, Max W, Shi Y, Ong M. Validity study of the K6 scale as a measure of moderate mental distress based on mental health treatment need and utilization. *Int J Methods Psychiatr Res* [Internet]. 2012 Jun [cited 2023 Nov 2];21(2):88–97. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22351472/>
13. Lozano-Vargas A, Vega-Dienstmaier JM. Construcción y propiedades psicométricas de la Escala de Ansiedad de Lima de 20 ítems (EAL-20). *Rev Neuropsiquiatr* [Internet]. 2018 Jan 3 [cited 2023 Nov 2];81(4):226–34. Available from: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-85972018000400003&lng=es&nrm=iso&tlng=es
14. Busko. AM. CONSEQUENCES OF Perfectlonism AND PROCRASTINATION: A S T R U M EQUATION MODEL. 1998. <https://atrium.lib.uoguelph.ca/items/e42af446-ed92-44b7-9ebe-d842068fe363>

15. Dominguez S, Villegas G, Centeno S. Academic Procrastination: Validation Of A Scale In A Sample Of Students From A Private University. 2014;1729–4827. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S1729-48272014000200010&script=sci_abstract&tlng=en
16. Wilhelm, M., Moessner, M., Jost, S. et al. Development of decision rules for an adaptive aftercare intervention based on individual symptom courses for agoraphobia patients. *Sci Rep* 14, 3056 (2024). <https://doi.org/10.1038/s41598-024-52803-z>
17. Pavlova B, Warnock-Parkes E, Alda M, Uher R, Clark DM. Cognitive behavioural therapy for social anxiety disorder in people with bipolar disorder: a case series. *Int J Bipolar Disord*. 2024 Dec 1;12(1):1. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/38180531/>
18. Hansen B, Eide TO, Reiråskag MA, Tjelle KA, Solem S, Hagen K. The Bergen 4-day treatment for social anxiety disorder: a pilot study. *BMC Psychiatry*. 2024 Dec 1;24(1):145. doi: 10.1186/s12888-024-05607-4.
19. Regalado-Chamorro M, Medina-Gamero A, Rosario-Pacahuala E. Agorafobia en tiempos de confinamiento: ¿miedo a perder el control? *Aten Primaria* [Internet]. 2021 Nov 1 [cited 2024 Mar 6];53(9). Available from: /pmc/articles/PMC8277411/
20. Sandoval KD, Morote-Jayacc P V., Moreno-Molina M, Taype-Rondan A. Depresión, estrés y ansiedad en estudiantes de Medicina humana de Ayacucho (Perú) en el contexto de la pandemia por COVID-19. *Rev Colomb Psiquiatr* [Internet]. 2023 Dec 1 [cited 2024 Mar 6];52:S77–84. Available from: /pmc/articles/PMC8576172/
21. Hamshari S, Yaseen S, Zayed M, Dalasha A, Maraqa B, Nazzal Z. Adolescents' electronic devices use during the COVID-19 pandemic and its relationship to anxiety and depression levels: a cross-sectional study. *BMC Psychiatry*. 2024 Dec 1;24(1):38.
22. Bintabara D, Singo JB, Mvula M, Jofrey S, Shayo FK. Mental health disorders among medical students during the COVID-19 pandemic in the area with no mandatory lockdown: a multicenter survey in Tanzania. *Sci Rep*. 2024 Dec 1;14(1):3451.
23. Gavurova B, Khouri S, Ivankova V, Rigelsky M, Mudarri T. Internet Addiction, Symptoms of Anxiety, Depressive Symptoms, Stress Among Higher Education Students During the COVID-19 Pandemic. *Front Public Health* [Internet]. 2023 Jun 14 [cited 2024 Mar 6];10:893845. Available from: /pmc/articles/PMC9237380/
24. del Pilar Regatto-Bonifaz J, Viteri-Miranda VM, Moreta-Herrera R. Learning self-regulation as a predictor of academic self-efficacy in Ecuadorian undergraduate students[A autorregulação da aprendizagem como preditora da autoeficácia acadêmica em estudantes universitários no Equador][Autorregulación del aprendizaje como predictor de la autoeficacia académica en universitarios del Ecuador]. *Ciencias Psicológicas*. 2023 Jan 1;17(2):3254.

25. Burgos-Torre KS, Salas-Blas E, Burgos-Torre KS, Salas-Blas E. Procrastinación y Autoeficacia académica en estudiantes universitarios limeños. *Propósitos y Representaciones* [Internet]. 2020 [cited 2024 Mar 7];8(3):790. Available from: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2307-79992020000400044&lng=es&nrm=iso&tlng=es
26. Vergara-Morales J, Rodríguez-Vera M, Del Valle M. Assessment of the psychometric properties of the Academic Self-Regulation Questionnaire (SRQ-A) in Chilean university students. *Ciencias Psicológicas*. 2022 Jul 1; [cited 2024 Mar 7] 16(2):2837. Doi: 10.22235/cp.v16i2.2837
27. da Conceição Pereira L, Ramos FP. Academic procrastination in university students: A systematic review of the literature. *Psicologia Escolar e Educacional*. 2021 Jan [cited 2024 Mar 7] 1;25:1–7. DOI: <http://dx.doi.10.1590/2175-35392021223504>.
28. Krzystanek M, Surma S, Stokrocka M, Romańczyk M, Przybyło J, Krzystanek N, et al. Tips for Effective Implementation of Virtual Reality Exposure Therapy in Phobias—A Systematic Review. *Front Psychiatry* [Internet]. 2021 Sep 21 [cited 2024 Mar 7];12:737351. Available from: </pmc/articles/PMC8490820/>
29. Hajure M, Abdu Z. Social Phobia and Its Impact on Quality of Life Among Regular Undergraduate Students of Mettu University, Mettu, Ethiopia. *Adolesc Health Med Ther* [Internet]. 2020 Jun [cited 2024 Mar 7];11:79. Available from: </pmc/articles/PMC7308132/>
30. Albursan IS, Mohammad MF, Al-Barashdi HS, Bakhiet SF, Darandari E, Al-Asqah SS, et al. Smartphone Addiction among University Students in Light of the COVID-19 Pandemic: Prevalence, Relationship to Academic Procrastination, Quality of Life, Gender and Educational Stage. *Int J Environ Res Public Health* [Internet]. 2022 Aug 1 [cited 2024 Mar 7];19(16). Available from: </pmc/articles/PMC9408323/>
31. Codina N, Castillo I, Pestana JV, Valenzuela R. Time perspectives and procrastination in university students: exploring the moderating role of basic psychological need satisfaction. *BMC Psychol* [Internet]. 2024 Dec 1 [cited 2024 Mar 7];12(1). Available from: </pmc/articles/PMC10759600/>
32. AMM. Declaración de Helsinki de la AMM – Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos – WMA – The World Medical Association [Internet]. 1964 [cited 2023 Jun 22]. Available from: <https://www.wma.net/es/policias-post/declaracion-de-helsinki-de-la-amm-principios-eticos-para-las-investigaciones-medicas-en-seres-humanos/>

Anexo 1 - Evidencia de Sumisión del artículo en una revista de prestigio



Anexo 2 - Resolución de Inscripción del Perfil de Proyecto de tesis en formato articulo



"Año de la unidad, la paz y el desarrollo "

RESOLUCIÓN N°2649-2023/UPEU-FCS-CF

Lima, Ñaña, 12 de diciembre de 2023

VISTO:

El expediente del (la) **Est. Lisle Jahely Juárez Serquén**, identificado(a) con Código Universitario N° **201811693**, de la Escuela Profesional de Enfermería de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Peruana Unión;

CONSIDERANDO:

Que la Universidad Peruana Unión tiene autonomía académica, administrativa y normativa, dentro del ámbito establecido por la Ley Universitaria N° 30220 y el Estatuto de la Universidad;

Que la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Peruana Unión, mediante sus reglamentos académicos y administrativos, ha establecido las formas y procedimientos para la aprobación e inscripción del perfil de proyecto de tesis en formato articulo y la designación o nombramiento del asesor para la obtención del título profesional;

Que el (la) Est. Lisle Jahely Juárez Serquén, ha solicitado: la inscripción del perfil de proyecto de tesis titulado: *Trastorno de ansiedad y procrastinación académica en estudiantes universitarios de una institución privada* y la designación del Asesor, encargado de orientar y asesorar la ejecución del perfil de proyecto de tesis en formato articulo;

Estando a lo acordado en la sesión del Consejo de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Peruana Unión, celebrada el 12 de diciembre de 2023 y en aplicación del Estatuto y el Reglamento General de Investigación de la Universidad;

SE RESUELVE:

Aprobar el perfil de proyecto de tesis en formato articulo titulado: *Trastorno de ansiedad y procrastinación académica en estudiantes universitarios de una institución privada*; y disponer su inscripción en el registro correspondiente, designar a él (la) Mtro. William de Borba, para que oriente y asesore la ejecución del perfil de proyecto de tesis en formato articulo el cual fue dictaminado por el (la) Mtra. Vilma Guzman Diaz, y el (la) Dra. Rocio Suarez Rodriguez, otorgándoles un plazo máximo de doce (12) meses para la ejecución.

Regístrese, comuníquese y archívese.



Lili Fernandez
Dra. Lili Albertina Fernandez Molocho
DECANA



Mary Luz Solorzano
M.Sc. Mary Luz Solorzano Aparicio
SECRETARIA ACADÉMICA

- Interesado
- Asesor
- Archivo

Anexo 3 - Constancia de Aprobación del Comité de Ética



Lima, Ñaña, 28 de Noviembre de 2023

EL COMITÉ DE ÉTICA DE INVESTIGACIÓN DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

CONSTANCIA

Que el proyecto de investigación de Lisle Jahely Juárez Serquén identificado (a) con DNI No. 75609890 y su asesor (a) William de Borba (a) con CE No 001187990 , con el título: Transtornos de ansiedad y procrastinación académica en estudiantes universitarios de una universidad privada. Fue evaluado y aprobado por el Comité de Ética de Investigación de la Universidad Peruana Unión, considerando su calidad científica, consideración del bienestar de sus participantes, y conformidad con los estándares de la ética establecidas en el Código de ética para la Investigación de la Universidad Peruana Unión.

Para mantener la aprobación del Comité de Ética, se tiene que cumplir con los siguientes requisitos:

1. Cada participante debe dar consentimiento informado. En el caso de menores de edad, por lo menos uno de sus padres o guardianes debe registrar su consentimiento informado y el menor de edad debe registrar su asentimiento informado, en caso de trabajos prospectivos. En caso de trabajos retrospectivos contar con la carta de autorización de la institución.

Los resultados de este proyecto puedan ser publicados con referencia a aprobación Número **186-CE-FCS - UPeU-2023**.



Mg. María Magdalena Díaz Orihuela
Presidente
Comité de Ética de Investigación



Mtro. William de Borba
Secretario
Comité de Ética de Investigación

Anexo 4 - Instrumentos de recolección de datos

A continuación, se tiene una lista de preguntas, lea cuidadosamente, debe marcar con una (x) dentro del recuadro que usted considere correcta, de acuerdo a las alternativas tenemos como respuesta como: Normal, Mínima, leve, moderada, marcada y grave.

| N° | ÍTEMS | VAR | Normal | Mínima | 3 (Leve) | 4 (Moderada) | 5 (Marcada) | 6 (Grave) |
|----|--|-----|--------|--------|-------------|-----------------|----------------|--------------|
| 1 | Tengo miedo de conocer gente nueva | FS | | | | | | |
| 2 | Tengo miedo de dar exámenes o tener una entrevista de trabajo | FS | | | | | | |
| 3 | Me es difícil hablar con otras personas, tengo temor, me cuesta iniciar una conversación o no sé qué decir | FS | | | | | | |
| 4 | Me incomoda que me observen cuando trabajo, escribo, camino o tengo algún objeto que se pueda caer. | FS | | | | | | |
| 5 | Tengo miedo de hacer el ridículo y sentirme humillado o avergonzado. | FS | | | | | | |
| 6 | Me da miedo alejarme de mi casa | A | | | | | | |
| 7 | Me incomodaría entrar o salir de un lugar lleno de gente | A | | | | | | |
| 8 | Me da miedo estar en lugares altos | A | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|----|---|----|--|--|--|--|--|--|
| 9 | He sentido miedo sin motivo | AP | | | | | | |
| 10 | Me he sentido aturdido o confundido | AP | | | | | | |
| 11 | Tiendo a sentirme nervioso | AP | | | | | | |
| 12 | Me he sentido angustiado, con los nervios de punta. | AP | | | | | | |
| 13 | Me he sentido agitado o alterado | AP | | | | | | |
| 14 | Generalmente me siento cómodo, sosegado y apacible. | AP | | | | | | |
| 15 | Con facilidad me siento asustado, con temor o miedo. | AP | | | | | | |
| 16 | He sentido que me falta el aire o me ahogo | SF | | | | | | |
| 17 | He sentido dolor o presión en el pecho | SF | | | | | | |
| 18 | Me siento inseguro, como si me fuera a caer. | P | | | | | | |
| 19 | Tengo sensaciones de adormecimiento u hormigueo en el cuerpo. | SF | | | | | | |
| 20 | Tengo escalofríos frecuentemente. | SF | | | | | | |

INSTRUMENTO PROCRASTINACIÓN ACADÉMICA

| Nº | ÍTEMS | VAR | Nunca | Pocas veces | A veces | Casi siempre | Siempre |
|----|---|-----|-------|-------------|---------|--------------|---------|
| 1 | Cuando tengo que hacer una tarea, normalmente la dejo para el último minuto | PA | | | | | |
| 2 | Generalmente me preparo por adelantado para los exámenes | | | | | | |
| 3 | Cuando tengo problemas para entender algo, inmediatamente trato de buscar ayuda | | | | | | |
| 4 | Asisto regularmente a clase | | | | | | |
| 5 | Trato de completar el trabajo asignado lo más pronto posible. | | | | | | |
| 6 | Postergo los trabajos de los cursos que no me gustan | | | | | | |
| 7 | Postergo las lecturas de los cursos que no me gustan | | | | | | |
| 8 | Constantemente intento mejorar mis hábitos de estudio | PA | | | | | |
| 9 | Invierto el tiempo necesario en estudiar aun cuando el tema sea aburrido | PA | | | | | |
| 10 | Trato de motivarme para mantener mi ritmo de estudio | | | | | | |
| 11 | Trato de terminar mis trabajos | | | | | | |

| | | | | | | | |
|----|--|--|--|--|--|--|--|
| | importantes con tiempo de sobra. | | | | | | |
| 12 | Me tomo el tiempo de revisar mis tareas antes de entregarlas | | | | | | |

Tabla 1. Datos sociodemográficos

| Variable | n | % |
|---------------------------------------|-----|-------|
| Edad | | |
| 17 a 20 años | 247 | 48.24 |
| 21 a 25 años | 194 | 37.89 |
| 26 o más | 71 | 13.87 |
| Sexo | | |
| Femenino | 306 | 59.77 |
| Masculino | 206 | 40.23 |
| Año | | |
| 1ro | 208 | 40.63 |
| 2do | 89 | 17.38 |
| 3ro | 77 | 15.04 |
| 4to | 105 | 20.51 |
| 5to | 33 | 6.45 |
| Facultad | | |
| Ciencias de la Salud | 156 | 30.47 |
| Ciencias Empresariales | 73 | 30.47 |
| Ciencias Humanas y Educación | 95 | 18.55 |
| Ingeniería y Arquitectura | 126 | 24.61 |
| Teología | 62 | 12.11 |
| Escuela Profesional | | |
| Administración en Gestión Empresarial | 53 | 10.35 |
| Arquitectura | 52 | 10.16 |
| Ciencias de la Comunicación | 80 | 15.63 |
| Contabilidad y Gestión Tributaria | 14 | 2.73 |
| Educación | 15 | 2.93 |
| Enfermería | 50 | 9.77 |
| Ingeniería Ambiental | 25 | 4.88 |
| Ingeniería Civil | 9 | 1.76 |
| Ingeniería de Industrias Alimentarias | 41 | 8.01 |
| Marketing y Negocias Internacionales | 5 | 0.98 |
| Medicina Humana | 15 | 2.93 |
| Nutrición Humana | 79 | 15.43 |
| Psicología | 12 | 2.34 |
| Teología | 62 | 12.11 |

Nota: n=frecuencia; %=porcentaje.

Tabla 2. Análisis descriptivo de las variables de estudio

| | M | DS | g1 | g2 |
|---------------------------|-------|------|------|-------|
| Fobia Social | 15.36 | 5.78 | 0.29 | -0.8 |
| Agorafobia | 9.38 | 3.86 | 0.33 | -1 |
| Ansiedad psíquica | 16.1 | 8.22 | 0.78 | -0.24 |
| Síntomas físicos | 9.99 | 6.16 | 1.16 | 0.45 |
| Procrastinación Académica | 40.71 | 5.53 | 0.27 | 1.57 |
| Autorregulación Académica | 30.49 | 4.41 | 0.09 | 1.07 |
| Postergación académica | 10.22 | 1.61 | 0.45 | 0.56 |

Nota: m=media, DS=desviación estándar, g1=asimetría, g2=kurtosis.

Tabla 3. Análisis de correlación entre las variables de estudio

| | FS | A | AP | SF | EPA | AE | PA |
|-----|-------|-------|-------|-----|-------|-------|----|
| FS | 1 | | | | | | |
| A | .85** | 1 | | | | | |
| AP | .68** | .72** | 1 | | | | |
| SF | .52** | .55** | .88** | 1 | | | |
| EPA | .08 | .05 | .04 | .06 | 1 | | |
| AA | .05 | .04 | .02 | .06 | .97** | 1 | |
| PA | .13** | .06 | .08 | .03 | .77** | .60** | 1 |

Nota: FS: Fobia Social; A: Agorafobia; AP: Ansiedad psíquica; SF: Síntomas físicos; EPA: Procrastinación Académica; AA: Autorregulación Académica; PA: Postergación Académica